

PEMBELAJARAN PENGENALAN MAKANAN BERGIZI PADA ANAK KELOMPOK A DI TK LKIA 2 PONTIANAK SELATAN

Pristika Loria Rina, Syukri, Halida

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini FKIP Untan Pontianak

Email: PristikaLoria@ymail.com

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pembelajaran pengenalan makanan bergizi pada anak kelompok A di TK LKIA 2 Pontianak Selatan. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dan menggunakan pendekatan kualitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah guru kelas dan anak kelompok A. Dari hasil penelitian ini di peroleh bahwa, (1). Rencana kegiatan harian yang dibuat oleh guru, guru belum mencantumkan tujuan pembelajaran, pemilihan metode yang akan digunakan pada proses belajar mengajar, (2) Guru melaksanakan pembelajaran dimulai dengan langkah-langkah membuka kegiatan belajar, menjelaskan tema pembelajaran tentang makanan bergizi serta pemberian tugas untuk anak, (3) Evaluasi dilakukan guru mengamati peserta didiknya dalam belajar dan mereview kembali pembelajaran yang sudah dilakukan di akhir kegiatan, namun guru belum menyiapkan lembar penilaian untuk anak sesuai aspek-aspek perkembangannya.

Kata Kunci: Pembelajaran, Pengenalan Makanan Bergizi, Anak Usia Dini

Abstract: This research study aims to describe the introduction of nutritious food on a group of children in TK LKIA 2 Pontianak South. This research uses descriptive and qualitative approach. The subjects in this study was a classroom teacher and a group of children who were 8 people. Of the results of this study were obtained, (1). Plan daily activities created by teachers have not included the learning objectives, selecting methods to be used in teaching and learning, (2). Teachers implementing the learning begins with the steps open learning activities, explaining the theme of leaning about nutritious food as well as giving the task to the child, (3). Evaluation of teachers observe their students in learning and reviewing the learning that has been done at the end of the activities, but teachers do not prepare assessment sheets for children in accordance with aspects of development.

Keywords: Learning, The introduction of nutritious food, early childhood

Anak usia dini adalah anak yang berusia 0-6 tahun. Pada usia ini tumbuh kembang anak perlu dirangsang oleh orang tua dan guru agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal sesuai usianya. Anak usia dini (AUD) merupakan investasi yang amat besar bagi keluarga dan bangsa. Anak-anak inilah yang akan menjadi penerus bagi keluarga dan tentunya bagi bangsa juga.

Mengenalkan makanan bergizi untuk anak usia dini sangat penting, agar anak mengetahui makanan bergizi dan anak tahu manfaat dari makanan-makanan bergizi tersebut. Tubuh yang sehat merupakan faktor yang sangat penting, karena bila tubuh tidak sehat segala aktivitas akan terganggu, sedangkan bila memiliki tubuh sehat segala aktivitas dapat dikerjakan dengan lancar.

Nurheti Yuliarti, (2009:34) mengatakan: “Bila makanan yang dikonsumsi seseorang sudah memenuhi makanan gizi seimbang, cukup berolahraga, cukup beristirahat atau tidur, hidup teratur, tidak stres, bahkan bebas dari cemaran zat polutan (udara, makanan dan air), maka suplemen makanan tentunya tidak dianjurkan untuk dikonsumsi karena kebutuhan gizi sudah dipenuhi dari makanan sehari-hari.”

Melalui Pendidikan Anak Usia Dini, anak dikenalkan tentang makanan-makanan yang bergizi supaya anak mengetahui makanan yang mengandung gizi itu makanan yang ada pada pedoman gizi seimbang dan anak juga akan mengetahui mana makanan yang tidak sehat dan mana yang sehat untuk dimakan. Peranan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) dapat membantu dalam menciptakan kualitas anak dimasa yang akan datang. Permendiknas No.58 Tahun 2009 dalam undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 angka 14 mengatakan: “Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.” Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pendidikan anak usia dini merupakan tahap awal dimana anak perlu dididik dan diberi tahu mengenai bahaya ia banyak makan jajanan-jajanan *snack*. Anak perlu dibekali pengetahuan bagaimana mengenal makanan dan minuman yang sehat. Dengan bekal pengetahuan itu, anak siap memilih dan memilih makanan dan minuman yang akan dikonsumsinya.

Pembelajaran pengenalan makanan bergizi disekolah memberikan peran penting untuk pengetahuan dan pengaruh pola hidup sehari-hari anak usia dini. Melalui pengenalan makanan bergizi dapat membiasakan peserta didik untuk mengkonsumsi makanan bergizi setiap hari. Berdasarkan hasil observasi di Taman kanak-kanak LKIA 2 Pontianak Selatan, pembelajaran pengenalan makanan bergizi pada anak dilaksanakan satu minggu sekali. Peneliti melihat adanya rencana kegiatan harian (RKH) yang dibuat oleh guru namun perencanaan tersebut tidak mencantumkan metode dan tujuan pembelajaran sesuai dengan kurikulum yang berlaku, di dalam pelaksanaan pembelajarannya guru belum menyesuaikan dengan perencanaan yang sudah dibuatnya. Mengenalkan makanan bergizi guru cenderung menggunakan media-media gambar yang kurang menarik untuk anak dan kadang-kadang guru setelah menjelaskan makanan yang dikenalkannya, anak di minta menonton tv sampai

di jam istirahat. Di dalam evaluasi pembelajaran guru bertanya jawab kepada anak, memberikan penugasan, dan mereview anak tentang pembelajaran yang sudah dilakukan. Berdasarkan pengamatan peneliti ditinjau dari aspek guru antara lain: Pelaksanaan pembelajaran belum dilaksanakan sesuai perencanaan dan evaluasi pembelajaran belum menyiapkan lembar penilaian dan catatan anekdot untuk mengetahui perkembangan belajar anak.

Peneliti berharap guru bisa mengenalkan makanan bergizi dengan menggunakan media nyata seperti sayur dan buah-buahan dan sejenisnya yang tergolong makanan bergizi dan menjelaskan vitamin yang ada didalamnya dan manfaatnya untuk tubuh dan kecerdasan supaya anak mengenal dan mau memakan makanan bergizi setiap hari yang sudah dibawanya dan anak tidak membawa bekal-bekal berupa *snack* dan sejenisnya. Pentingnya anak-anak mengetahui manfaatnya dalam menjaga badan yang sehat, tumbuh dan berkembang dengan baik. Oleh karena itu maka penelitian ini difokuskan pada pembelajaran pengenalan makanan bergizi pada anak kelompok A di TK LKIA 2 Pontianak Selatan.

METODE

Penelitian ini adalah metode deskriptif, pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif. Lokasi penelitian TK LKIA 2 Pontianak Selatan. Subjek penelitian Guru Kelas yang berjumlah 1 orang dan anak kelompok A berjumlah 8 orang. Penelitian ini peneliti menggunakan tiga teknik pengumpulan data, yaitu:

Observasi

Observasi adalah suatu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan melihat langsung bagaimana keadaan sebenarnya dari objek yang diteliti yaitu objek yang ada di TK LKIA 2 Pontianak Selatan.

Wawancara

Wawancara merupakan pertemuan dua orang atau lebih yang bertujuan untuk mencari informasi dan saling bertukar informasi melalui kegiatan tanya jawab mengenai topik tertentu.

Dokumentasi

Teknik dokumentasi dalam penelitian kualitatif ini merupakan teknik perlengkapan dan penggunaan metode observasi dan wawancara.

Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama dilapangan, setelah dilapangan. Proses analisis data selama dilapangan sebagai berikut, data reduction (reduksi data), data display (penyajian data), conclusion drawing/verification. Dalam penelitian ini, intrumen utama yaitu peneliti itu sendiri. Adapun instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah panduan wawancara, panduan observasi, studi dokumentasi, catatan lapangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Wawancara dengan guru

Dalam penyusunan perencanaan pembelajaran, guru mengacu pada kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) dan peraturan permendiknas No.58 tentang standar Pendidikan Anak Usia Dini. Guru membuat RKH sehari sebelum pelaksanaan pembelajaran. RKH yang dibuat oleh guru, guru terlebih dahulu memilih tema, tema yang dipilih yaitu kebutuhanku dan subtemanya menyesuaikan dengan makanan yang mau dikenalkan kepada anak-anak. Guru mengalokasikan waktu yang cukup dalam melaksanakan pembelajaran. RKH dibuat berbentuk tabel, adapun tabel-tabel tersebut yang pertama yaitu tabel indikator untuk mengembangkan enam aspek seperti nilai-nilai agama dan moral (Nam), motorik kasar, halus, kognitif, bahasa, sosial emosional.

Didalam pelaksanaan pembelajaran. Guru menyesuaikan dengan rencana yang sudah dibuatnya. Di dalam pijakan bermain dalam menyampaikan materi, guru menyampaikan atau mengenalkan makanan bergizi satu minggu sekali. Dalam menyampaikan materi guru menggunakan metode tanya jawab bersama anak untuk merangsang daya pikir anak. Sedangkan dalam menyampaikan kegiatan main yang akan dilakukan, guru menggunakan metode demonstrasi, praktek langsung dan penugasan untuk melakukan kegiatan main. Upaya guru dalam memberikan dukungan kepada anak sebelum belajar dengan memberikan motivasi dan contoh cara yang akan dilakukan. Media yang disiapkan dalam mengenalkan makanan bergizi menggunakan media gambar media mainan dan media nyatanya misalnya sayur, buah dan sejenisnya. Setelah bermain guru mengajak anak membereskan media-media tersebut merapikan peralatan yang sudah digunakan. Guru merangsang daya ingat anak dengan metode tanya jawab dan bersama-sama menyimpulkan pembelajaran yang sudah dilakukan pada hari itu. Dalam mengenalkan makanan bergizi guru jarang menggunakan media yang sebenarnya karena kurangnya biaya yang ada untuk mempersiapkan media yang seharusnya digunakan.

Bahwa selama kegiatan pembelajaran berlangsung, guru mengamati dan menilai perkembangan dari setiap aspek-aspek perkembangan anak yaitu perkembangan nilai agama dan moral (nam), bahasa, kognitif, motorik kasar, halus dan sosial emosional (sosem). Guru memberikan reward kepada anak berupa pujian jika anak mau menyelesaikan pekerjaannya. Adapun teknik penilaian yang dilakukan teknik pemberian tugas, catatan anekdot dan portofolio. Menurut guru, guru selalu menyiapkan lembar penilaian dan melakukan penilaian kepada anak dilihat dari semua aspek perkembangan anak.

Hasil Observasi

Perencanaan guru dalam pembelajaran pengenalan makanan bergizi

Berdasarkan dokumen perencanaan pembelajaran tentang pengenalan makanan bergizi yang dibuat oleh guru (LS) di Taman Kanak-Kanak LKIA 2 Pontianak Selatan, RKH yang dibuat oleh guru berbentuk tabel yang mencantumkan indikator, kegiatan pembelajaran, media/ sumber belajar, penilaian (alat dan karakter), hasil ketercapaian. Indikator tersebut mengembangkan aspek-aspek perkembangan anak yaitu aspek nilai-nilai agama dan moral (Nam), bahasa, kognitif, motorik halus, sosial emosional (sosem).

Pada kegiatan pembelajaran guru mencantumkan kegiatan-kegiatan yang akan dilaksanakan mulai dari kegiatan awal yaitu senam pagi, berbaris, masuk kelas dan berdoa sebelum belajar, mengucapkan janji-janji murid, pancasila serta menyampaikan tema dan sub tema, pada kegiatan inti ada tiga kegiatan yang akan dilakukan bersama dengan anak-anak. Yaitu mengenalkan makanan, menjelaskan dan pemberian tugas. Selain itu guru mencantumkan alokasi waktu untuk istirahat makan bersama dan bermain. Selanjutnya mencantumkan kegiatan akhir, dikegiatan akhir ini guru akan melakukan evaluasi akhir dan berdoa sebelum pulang.

Pada kolom/tabel media/sumber belajar, guru merencanakan media yang akan digunakan dalam pelaksanaan pembelajaran media yang disiapkan sesuai dengan tema atau subtema pembelajaran, adapun media yang sudah di siapkan guru yaitu media-media gambar, peneliti melihat media yang ada yaitu gambar-gambar makanan yang bersumber karbohidrat seperti gambar ubi, kentang, nasi, dan sejenisnya, selanjutnya di tabel penilaian (alat dan karakter) alat digunakan untuk mengobservasi anak, dan karakternya digunakan untuk mengembangkan karakter anak misalnya disiplin anak keaktifan atau kreatif anak dalam suatu kegiatan yang dilakukan anak, dan di hasil ketercapaian, ini menjelaskan hasil yang dapat diperoleh atau dapat dilakukan anak.

Pelaksanaan pembelajaran pengenalan makanan bergizi

guru menjelaskan makanan bekarbohidrat, guru meminta anak untuk menonton film kartun mujo yang mengajarkan tentang agama islam, film yang ditonton oleh anak tidak sesuai dengan perencanaan yang sudah dibuat oleh guru bahwa pada perencanaan tersebut guru mengajak anak untuk menonton tentang pengenalan makanan bergizi.

Setelah anak-anak selesai menonton guru meminta anak mencuci tangan untuk makan di jam istirahat. Pada pijakan diakhir, guru melakukan evaluasi dengan menanyakan kepada anak tentang kegiatan hari ini dan guru kembali bertanya kepada anak mengenai makanan bekarbohidrat.

Evaluasi pembelajaran pengenalan makanan bergizi

Guru melakukan tanya jawab mengenai makanan yang dikenalkan dan memberikan penugaskan-penugasan kepada anak untuk mengerjakan sesuatu, dan selalu mengamati setiap kegiatan anak. Pada lembar kerja anak guru mencatat nama anak dan tanggal kegiatan yang sudah dilakukan. Adapun teknik penilaian yang dilakukan yaitu teknik pemberian tugas dan portofolio. Pada kegiatan diakhir kadang-kadang guru mereview anak namun sering kali guru tidak menyimpulkan kegiatan yang dilakukan guru langsung mengajak anak berdoa sebelum pulang. Guru tidak melakukan penilaian untuk mencatat dan menilai dari aspek-aspek setiap perkembangan anak.

Pembahasan

Guru merupakan komponen penting dalam dunia pendidikan dan proses belajar mengajar. Guru tidak hanya sebagai pengajar tetapi juga sebagai pendidik dan sekaligus pembimbing yang memberikan pengarahan dan menuntun anak dalam belajar. Dalam proses pembelajaran guru sangat penting dalam mempersiapkan segalanya dimulai dari perencanaan dan ketika dipelaksanaan harus disesuaikan dengan perencanaan yang sudah dibuat, guru harus memperhatikan media yang digunakan dalam mengenalkan makanan bergizi supaya pembelajaran yang diberikan kepada peserta didik bermanfaat untuk kedepannya melalui pembelajaran pengenalan makanan bergizi diharapkan guru mampu menyampaikan kepada mereka pentingnya makanan bergizi itu dikonsumsi setiap hari. Sebab makanan bergizi adalah faktor utama membantu dalam proses tumbuh dan kembang anak. Dan di awal pembelajaran harus diadakan permainan yang menarik supaya anak senang bergembira dalam proses belajar. Sedangkan pada proses evaluasi guru harus memiliki kemampuan dalam melakukan penilaian kepada anak selama proses pembelajaran berlangsung. Hal evaluasi ini dapat membantu guru melihat perkembangan pada masing-masing anak selama mengikuti pembelajaran tersebut.

Perencanaan pembelajaran pengenalan makanan bergizi

Hasil RKH yang dibuat oleh guru tersebut di dalamnya memuat indikator, indikator tersebut untuk mengembangkan aspek-aspek perkembangan anak yaitu: aspek nilai agama dan moral (Nam), bahasa, kognitif, motorik halus. Dalam indikator tersebut peneliti belum melihat guru mengembangkan aspek motorik kasar yang mengaitkan kegiatan pengenalan makanan bergizi. Selanjutnya pada tabel kegiatan pembelajaran, pada kegiatan pembelajaran ini guru mengalokasikan waktu dan mencantumkan kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan dari kegiatan awal, kegiatan inti, istirahat, serta kegiatan akhir, dan pada tabel media/ sumber belajar guru menjelaskan media yang akan digunakan pada proses pembelajaran, di tabel penilaian ada alat dan karakter, alat yaitu pengamatan guru terhadap anak, karakter untuk mengembangkan disiplin, religius, aktif dan kreatif, serta kemandirian anak, pada kolom hasil ketercapaian adalah hasil yang dapat dilakukan oleh anak dalam kegiatan pembelajaran pengenalan makanan bergizi.

Pelaksanaan pembelajaran pengenalan makanan bergizi

Dalam melaksanakan pembelajaran sebelum memasuki kegiatan inti, guru melakukan kegiatan awal yaitu guru menyapa anak, mengucapkan salam, mengajak anak berdoa sebelum belajar dan bernyanyi. Setelah itu guru menanyakan tanggal hari dan menyampaikan tema dan sub tema yang akan dibahas. Pada kegiatan inti ada tiga kegiatan yang dilakukan, pertama guru mengenalkan macam-macam makanan bergizi menggunakan media-media gambar dan yang aslinya seperti sayuran kangkung, bayam dan sejenisnya, guru meminta anak menyebutkan macam-macam makanan bergizi, lalu guru menjelaskan dari masing-masing media tersebut, ketiga guru memberikan penugasan kepada anak, adapun diantaranya yang dilakukan anak yaitu meronce pola apel, membuat gorita, membuat jus jeruk. Pada kegiatan istirahat, anak diminta mencuci tangan, membuat lingkaran, berdoa sebelum makan dan makan bersama, dan guru selalu mendampingi anak serta bertanya dan melihat bekal-bekal anak. Pada kegiatan akhir atau penutup, terkadang guru bertanya kepada anak menanyakan kembali kegiatan yang sudah dilakukan dan berdoa sebelum pulang.

Peneliti melihat dalam melaksanakan pembelajaran guru belum sepenuhnya melaksanakan sesuai dengan rencana yang sudah dibuatnya. sebaiknya guru harus memperhatikan pijakan-pijakan sebelum memulai kegiatan supaya kegiatan ini mencapai tujuan yang diinginkan. Diharapkan guru juga harus menjelaskan lebih rinci atau jelas kepada anak mengenai media makanan yang dikenalkan dan menjelaskan vitamin yang terkandung di makanan tersebut.

Evaluasi pembelajaran pengenalan makanan bergizi

Guru dalam mengevaluasi kegiatan berlangsung dari awal sampai dikegiatan akhir. Pada kegiatan awal guru bertanya tentang kegiatan yang sudah dilakukan hari sebelumnya mengenai makanan bergizi dan melakukan tanya jawab pada saat mengenalkan dan menjelaskan makanan bergizi, meminta anak menyebutkan nama-nama makanan bergizi dan memberikan penugasan untuk anak mengerjakannya. Dapat disimpulkan dalam mengevaluasi pembelajaran guru sudah melakukan penilaian dengan metode tanya jawab pada saat pembelajaran berlangsung , serta pemberian tugas kepada anak, menyimpan hasil karya anak (portofolio). Namun guru belum menyiapkan lembar penilaian untuk menilai berdasarkan aspek-aspek perkembangan anak, dan Pada kegiatan akhir guru jarang melakukan evaluasi akhir untuk mereview kembali peserta didiknya mengenai pembelajaran makanan bergizi yang sudah dilakukan. Ali Nugraha (2008:133) terdapat beberapa jenis dan cara melakukan evaluasi pembelajaran pada anak usia dini, diantaranya melalui: (1) observasi atau pengamatan (2) catatan anekdot (3) percakapan/ interview (4) pemberian tugas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah peneliti lakukan mengenai pembelajaran pengenalan makanan bergizi pada anak kelompok A di TK LKIA 2 Pontianak Selatan, RKH yang dibuat guru belum sepenuhnya sesuai dengan kurikulum yang berlaku baik Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) maupun Permendiknas No.58 tahun 2009 tentang standar pendidikan anak usia dini. Perencanaan pembelajaran yang dibuat oleh guru belum sepenuhnya mengacu pada kurikulum yang berlaku baik KTSP maupun permendiknas no. 58 tahun 2009 tentang standar pendidikan anak usia dini. Dari perencanaan tersebut guru belum mencantumkan tujuan pembelajaran mengenai pengenalan makanan bergizi, dan pemilihan metode yang akan digunakan dalam proses belajar mengajar. Dalam melaksanakan pembelajaran guru mengenalkan makanan bergizi kepada anak dimulai dengan langkah-langkah membuka kegiatan belajar, menjelaskan tema pembelajaran tentang makanan bergizi dan manfaatnya bagi kesehatan, pada proses mengenalkan makanan bergizi guru melakukan tanya jawab kepada anak namun guru dominan menggunakan media gambar untuk mengenalkan makanan bergizi kepada anak. Selain itu guru menyampaikan kegiatan bermain yang akan dilakukan anak, guru mengamati dan mendampingi anak ketika bermain meronce, membuat gorita dan sebagainya. Dalam mengevaluasi pembelajaran guru selalu mengamati anak, bercakap-cakap dengan anak, memberikan tugas, memberikan nilai pada lembar kerja anak, dan menyimpan hasil karya anak (portofolio). Namun pada kegiatan akhir guru jarang mengevaluasi dengan mereview kembali pembelajaran makanan bergizi yang sudah dilakukan. Proses-proses evaluasi ini sudah dilakukan guru, seperti selalu mengamati anak, memberikan penugasan, bercakap-cakap namun guru tidak menyiapkan lembar hasil penilaian anak berdasarkan aspek-aspek perkembangannya.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah peneliti uraikan, di kemukakan/ beberapa saran, sebagai berikut:

Dalam perencanaan pembelajaran hendaknya guru mencantumkan tujuan pembelajaran dan metode, serta menyiapkan media pembelajaran bentuk benda nyata sesuai dengan tema/ subtema dan materi pembelajaran. Dalam pelaksanaan pembelajaran, guru harus menyesuaikan kegiatan bermain dengan perencanaan yang sudah dibuat dan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti anak. Guru dapat menyiapkan media pembelajaran yang lebih beragam dan disesuaikan dengan tema/ subtema. Selain itu, guru hendaknya memperhatikan langkah-langkah pijakan pada pelaksanaan pembelajaran dan memilih metode yang sesuai dengan materi pembelajaran. Dalam evaluasi pembelajaran, guru hendaknya menyiapkan lembar penilaian atau membuat catatan anekdot berdasarkan aspek-aspek perkembangan anak.

DAFTAR RUJUKAN

- Depdiknas. (2009). **Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 58 Tahun 2009 Tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini.** Jakarta: Depdiknas
- Nugraha, Ali. (2008). **Pengembangan Pembelajaran Sains Pada Anak Usia Dini.** Bandung: JILSI Foundation
- Yuliarti Nurheti. (2009). **A To Z Food Supplement.** Yogyakarta: C.V Andi Offset